



జ్ఞాన యోగం

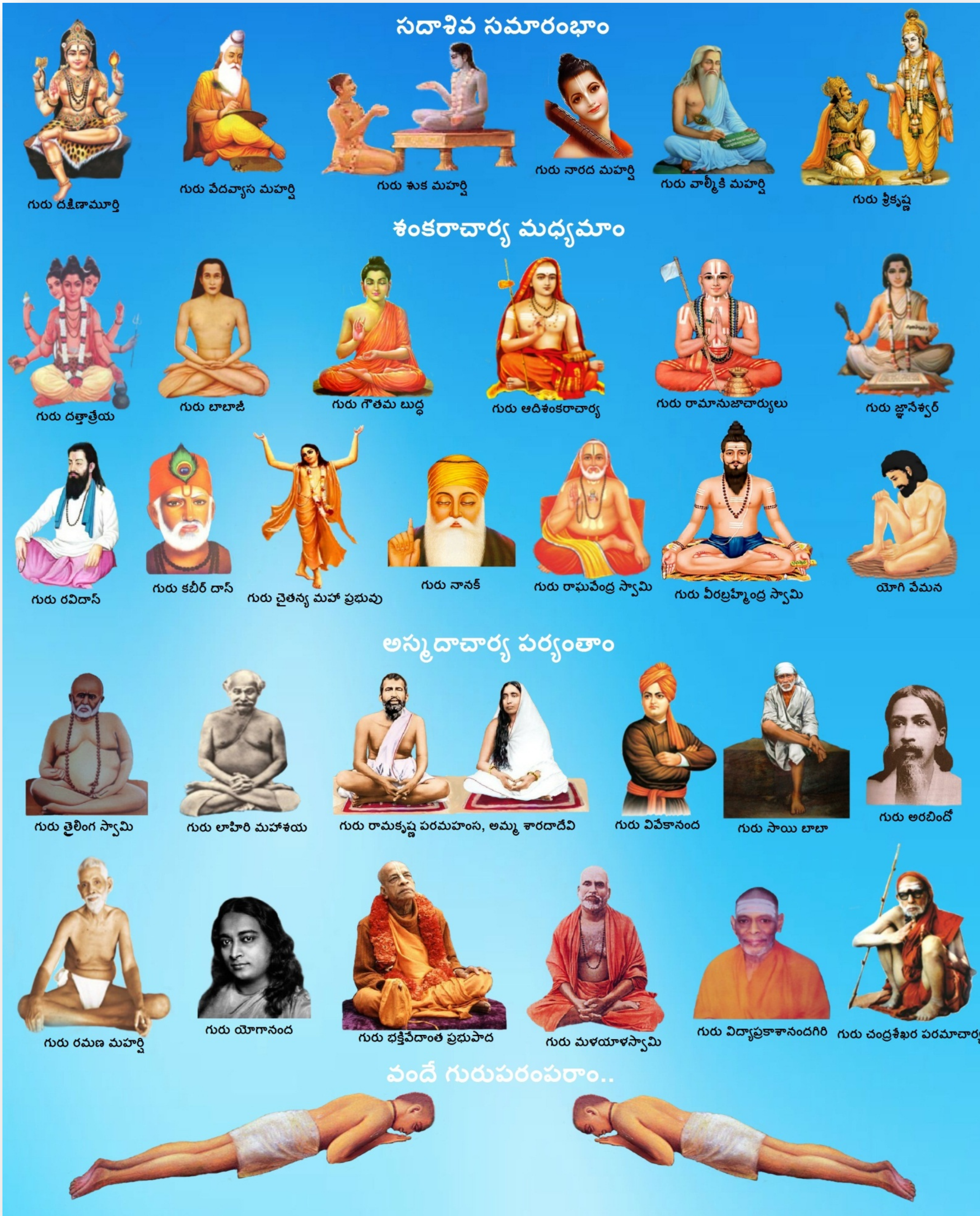
విచారణ

నాన్నగారితో సంభాషణలు








సదాశివ సమారంభాం
గురు దక్షిణామూర్తి
గురు వేదవ్యాస మహర్షి
గురు శుక మహర్షి
గురు నారద మహర్షి
గురు వాల్మీకి మహర్షి
గురు శ్రీకృష్ణ
శంకరాచార్య మధ్యమాం
గురు దత్తాత్రేయ
గురు బాబాజీ
గురు గౌతమ బుద్ధ
గురు ఆదిశంకరాచార్య
గురు రామానుజాచార్యులు
గురు జ్ఞానేశ్వర్
గురు రవిదాస్
గురు కబీర్ దాస్
గురు చైతన్య మహా ప్రభువు
గురు నానక్
గురు రాఘవేంద్ర స్వామి
గురు వీరబ్రహ్మేంద్ర స్వామి
యోగి వేమన
అస్మదాచార్య పర్యంతాం
గురు త్రైలింగ స్వామి
గురు లాహిరి మహాశయ
గురు రామకృష్ణ పరమహంస, అమ్మ శారదాదేవి
గురు వివేకానంద
గురు సాయి బాబా
గురు అరబిందో
గురు రమణ మహర్షి
గురు యోగానంద
గురు భక్తివేదాంత ప్రభుపాద
గురు మళయాళస్వామి
గురు విద్యాప్రకాశానందగిరి
గురు చంద్రశేఖర పరమాచార్య
వందే గురుపరంపరాం..

నన్ను "నేను" తెలుసుకోవటానికి

నన్ను "నేను" మార్చుకోవటానికి

నన్ను "నేను" చేరుకోవటానికి

మరియు అత్యుత్తమ జీవన విధానానికి

కావలసిన భక్తి,జ్ఞాన,కర్మ,ధర్మ సమాచారం ఒకేచోట తెలుగులో ఉచితంగా!

సాధారణంగా వేదాంతం తెలుసుకోవాలనే కోరిక వుంటుంది, కాని గ్రంధాలు అందుబాటులో లేవు. ఇంకొకరి దగ్గర గ్రంధాలు వుంటాయి, కాని జిజ్ఞాసువులకి ఎక్కడ ఉన్నవో తెలియదు. అలాగే కొన్ని లైబ్రరీ లో కొన్ని రకాల పుస్తకాలు మాత్రమే లభ్యం అవుతున్నాయి. కనుక తమవంతుగా భక్తి,జ్ఞాన ప్రచారార్ధం మహానుభావులైన **శ్రీ నాన్నగారు** వెబ్ సైట్ వారు ఉచితంగా విలువైన గ్రంధాలను ఆన్ లైన్ ద్వారా eBOOK(PDF) రూపంలో అందిస్తున్నారు. వారు చేస్తున్న జ్ఞాన యజ్ఞానికి సాయి రామ్ కూడా తమవంతుగా సహాయం చేసే కార్యక్రమంలో భాగంగా వారి గ్రంధాలను సాయి రామ్ ద్వారా కూడా అందచేస్తున్నాము, ఇందుకు మేము వారికి కృతజ్ఞత తెలియచేసుకుంటున్నాము. కనుక ప్రతి ఒక్కరు ఈ సదవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోగలరు. ఇందుకు సహాయం చేసిన ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్(https://archive.org), గూగుల్ వెబ్ సైట్(https://www.google.co.in),మైక్రోసాఫ్ట్ సైట్(http://www.microsoft.com) వారికి కూడా మేము ఋణపడివున్నాము. సాయి రామ్ సేవక బృందం కోరుకొనేది ఒక్కటే, ప్రతి ఇల్లు ఆధ్యాత్మిక జ్ఞాన గ్రంధాలతో నిండిపోవాలన్నదే మా కోరిక.

ఈ గ్రంధాలను ఉచితంగా ఆన్ లైన్ లో చదువుటకు, దిగుమతి(డౌన్లోడ్) చేసుకొనుటకు గల మార్గాలు:

1) **శ్రీ నాన్నగారు** వారి వెబ్ సైట్: http://www.srinannagaru.com
2) సాయి రామ్ వెబ్ సైట్: http://www.sairealattitudemanagement.org
3) సాయి రామ్ గూగుల్ సైట్: https://sites.google.com/site/sairealattitudemanagement
4) ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్: https://archive.org/details/SaiRealAttitudeManagement

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞం పై గల సలహాలు,సూచనలకు సాయి రామ్ సేవక బృందాన్ని
సంప్రదించుటకు: sairealattitudemgt@gmail.com
సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సమాచారం: https://www.facebook.com/SaiRealAttitudeManagement
సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సంబంధ వీడియోలు: https://www.youtube.com/user/sairealattitudemgt

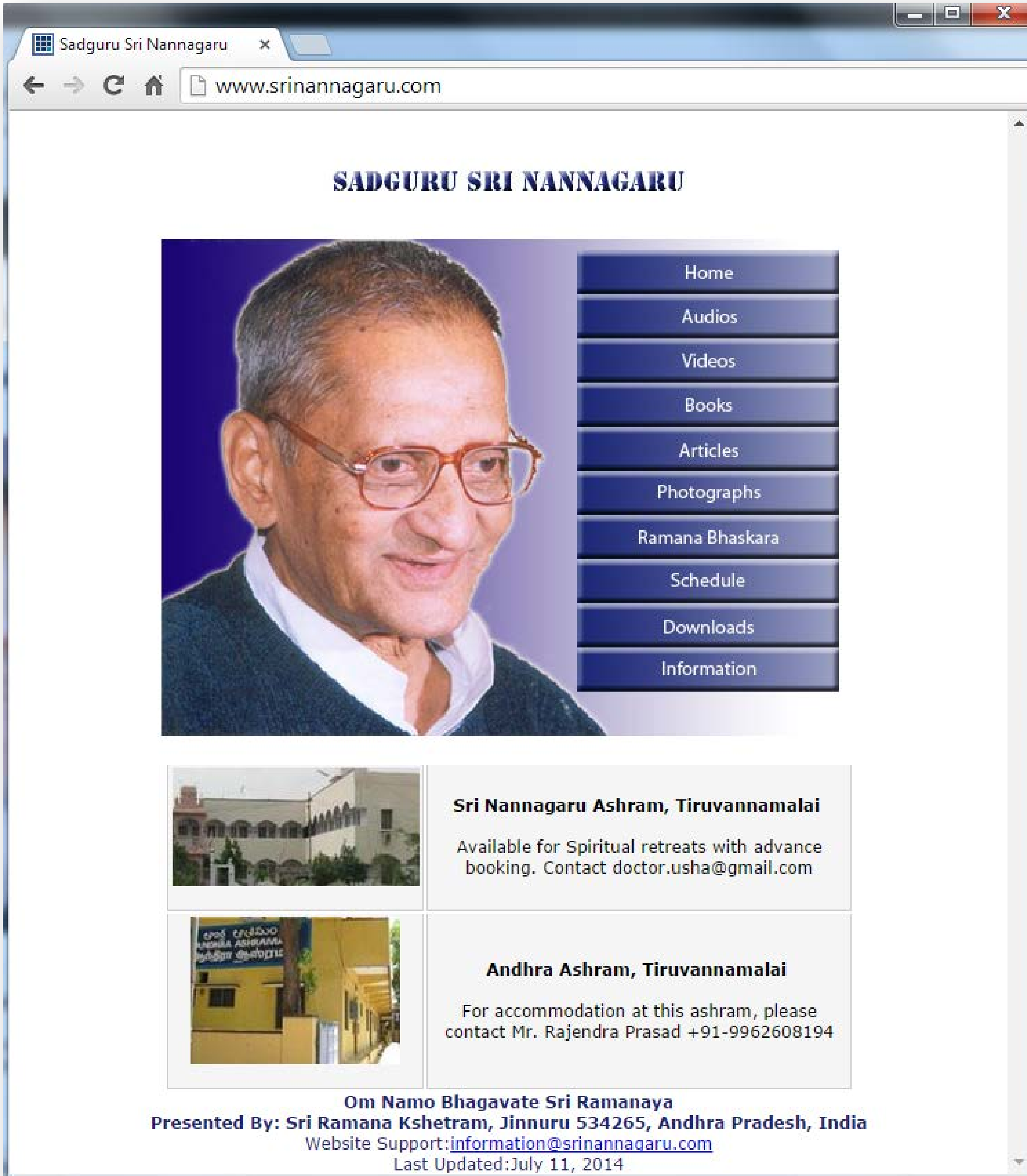
ఈ జ్ఞాన యజ్ఞంలో ప్రతి ఒక్కరు పాల్గొని, ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని,మీరు సంతృప్తులైతే మరొక సాధకునికి, జిజ్ఞాసువులకు మార్గం చూపించగలరని ఆశిస్తున్నాము.

SaiRealAttitudeManagement(SAI RAM) - సాయి నిజ వ్యక్తిత్వ నిర్వహణ(సాయి రామ్)

* సర్వం శ్రీ సాయి నాథ పాద సమర్పణమస్తు *

శ్రీ నాన్నగారి వారి వెబ్ సైట్:

http://www.srinannagaru.com/



అతి విశిష్టం ఈ దానం!

"దానాలలోకెల్లా ఆధ్యాత్మిక విద్యాదానం చాలా శ్రేష్ఠమైంది! దాని తరువాతిది లౌకిక జ్ఞానదానం, ప్రాణదానం, అన్నదానం" అని వ్యాసమహర్షి చెప్పారు.

మన ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం భారతదేశ హద్దులలో నిలిచి పోకూడదు. లోకమంతటినీ ఆవరించాలి! ఇలా లోకవ్యాప్తమైన ధర్మప్రచారాన్ని మన పూర్వులు చేశారు. హైందవ వేదాంతం ఎన్నడూ ఈ దేశం దాటి పోలేదని చెప్పేవారూ, మతప్రచారార్థం తొలిసారిగా, పరదేశాలకు వెళ్ళిన సన్న్యాసిని నేనే అని చెప్పేవారూ, తమ జాతిచరిత్ర నెరుగని వారే! ఇలాంటి సంఘటనలు ఎన్నోసార్లు జరిగాయి. అవసరమైనప్పుడల్లా, భారతీయ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానప్రవాహం వెల్లువలా లోకాన్ని ముంచెత్తుతూ వచ్చింది.



రాజకీయ ప్రచారాన్ని రణగొంఢ్వనులతో, యోధులతో సాగించవచ్చు. అగ్నిని కురిపించి, కత్తిని ఝళిపించి, లౌకిక జ్ఞానాన్నీ, సంఘనిర్మాణ విజ్ఞానాన్నీ విరివిగా ప్రచారం చేయవచ్చు. కానీ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానదానం కళ్ళకు కనిపించకుండా, చెవులకు వినిపించకుండా కురుస్తూ, రోజా పువ్వుల రాసుల్ని వికసింపజేసే మంచులాగా నిశ్శబ్దంగా జరగవలసి ఉంది. భారతదేశం నిరాడంబరంగా, లోకానికి మళ్ళీ మళ్ళీ చేస్తూ వచ్చిన దానమిదే!

మిత్రులారా! నేను అవలంబించే విధానాన్ని తెలియజేస్తాను వినండి. భారతదేశంలోనూ, ఇతర దేశాల్లోనూ మన పారమార్థిక ధర్మాలను బోధించడానికి తగినవారుగా మన యువకుల్ని తయారు చేయడానికై భారతదేశంలో కొన్ని సంస్థలను నెలకొల్పాలి! ఇప్పుడు మనకు కావలసింది బలిష్ఠులు, ఐవసంపన్నులు, ఋజువర్తనులు, ఆత్మ విశ్వాసపరులు అయిన యువకులు. అలాంటి వారు నూరుమంది దొరికినా, ప్రపంచం పూర్తిగా పరివర్తన చెందగలుగుతుంది!!

ఇచ్ఛాశక్తి తక్కిన శక్తులన్నిటి కన్నా బలవత్తరమైంది. అది సాక్షాత్తూ భగవంతుని దగ్గరి నుండి వచ్చేదే కాబట్టి దాని ముందు తక్కినదంతా లొంగిపోవలసిందే. నిర్మలం, బలిష్ఠం అయిన 'ఇచ్ఛ' (సంకల్పం) సర్వశక్తిమంతమైంది. దానిలో మీకు విశ్వాసం లేదా? ఉంటే మీ మతంలోని మహోన్నత ధర్మాలను ప్రపంచానికి బోధించడానికై కంకణం కట్టుకోండి. ప్రపంచం ఆ ధర్మాల కోసమై ఎదురుచూస్తోంది. అనేక శతాబ్దాలుగా ప్రజలకు క్షుద్రసిద్ధాంతాలు నేర్పడం జరిగింది. వారు వ్యర్థులని ప్రపంచమంతటా బోధలు జరిగాయి. ఎన్నో శతాబ్దాల నుండి వారు ఈ బోధనల వల్ల భయభ్రాంతులై, పశుప్రాయులైపోతున్నారు. తాము ఆత్మస్వరూపులమనే మాటను వినడానికైనా వారెన్నడూ నోచుకోలేదు. "నీచాతినీచుడిలో కూడా ఆత్మ ఉంది. అది అమృతం, పరమ పవిత్రం, సర్వశక్తిమంతం, సర్వవ్యాపకమైనది" అని వారికి ఆత్మను గురించి చెప్పండి. వారికి ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ప్రసాదించండి. ❖

మూలం: శ్రీ రామకృష్ణ ప్రభ - ఫిబ్రవరి 2014

శ్రీ నాన్నగారితో సంభాషణలు



ప్రచురణ :
శ్రీ రమణ సత్సంగమ్
విశాఖపట్నం

ముందుమాట

1993 సం ॥ ము నవంబరు నెలలో గోపాల పట్నములో రమణ భక్తులైన పేరిచర్ల దుర్గరాజు గారి ఇంటి వద్ద సత్సంగ సమావేశము జరిగినది. ఈ సమావేశమునకు పత్రికా విలేఖరులు విచ్చేసి నాన్నగారిని కొన్ని ప్రశ్నలు అడిగినారు. ఆ ప్రశ్నలకు నాన్నగారు చెప్పిన సమాధానములను ఈ పుస్తకములో ప్రచురిస్తున్నాము. ఈ సమాధాన ములు పాఠకులకు ఉపయోగపడతాయని హృదయపూర్వకముగా ఆశిస్తున్నాము. ఈ పుస్తకమును పేరిచర్ల దుర్గరాజుగారు, వారి ధర్మపత్ని శ్యామల ముద్రించి భక్తులకు అందచేసినారు.

1. అందుకో అంజలి, నా హృదయ మంజరి
కరుణించు నా తండ్రి
(శ్రీ అరుణాచల రమణనాన్న) అం ॥

2. నా జపము వారధి,
నినుజేరు సన్నిధి, నా కవిత సారధిగా కరుణించు
(శ్రీ రమణ నాన్న అం ॥)

3. నా కంటి పాపవే
నా దీప సమ్మెవై
ప్రతి రోజు నీ కోసం నీ ముందు నిలిచెద
(శ్రీ రమణ నాన్న అం ॥)

4. ద్వారకామాయె
ఇల స్వర్గమోయి
నిను జేరు వారిని కరుణించే (శ్రీనా్న ॥ అం॥)

శ్రీ నాన్నగారితో సంభాషణలు

1. మనిషిలో నేర ప్రవృత్తి తగ్గించటానికి ఈ ఆధ్యాత్మిక విలువలు ఎంతవరకు తోడ్పడ గలవంటారు ?

జ. నేర ప్రవృత్తికి కొంతవరకూ దారిద్ర్యము, అజ్ఞానము కారణము. ధనంలోనే సుఖం వుందను కోవటం ఒక కారణం. పెరిగిన వాతావరణం ఒక కారణం. అనుకరణ ఇంకొక కారణం. ముఖ్యంగా భోగంలోనే సుఖం ఉందనుకోవటం ప్రధాన కారణం. జీవితంలో ఒక లక్ష్యం లేని వారు నేర ప్రవృత్తికి ఆకర్షింపబడతారు. కొంతమందిలో స్వార్థం ఉంటుంది - క్రూరత్వం ఉండదు. మరి కొంతమందిలో క్రూరత్వం ఉంటుంది - స్వార్థం

ఉండదు. క్రూరత్వం, స్వార్థం రెండూ కలిసీ వుంటే ఆ వ్యక్తి తప్పక నేరస్థుడవుతాడు. ఈ మధ్య నేరాలు కొన్ని నగరాలలో హబీగా కూడా పరిణ మించాయి. ఆధ్యాత్మిక విలువలకు ముఖ్యంగా నైతిక విలువలు పునాది వంటివి. ఆధ్యాత్మిక విలువలు జ్ఞాన సముపార్జనకై పురి కొల్పుతాయి. సత్యాన్వేషణకై చేయు ప్రయత్న ములో నేర ప్రవృత్తి దానంతట అదే సన్నగిల్లు తుంది. నేర ప్రవృత్తి వల్ల వచ్చే దుష్పరిణామ ములను నేరస్థుడికి అర్థమయ్యేలాగ ఎరుకపరచుట వల్ల నేరప్రవృత్తి నుండి విడుదల పొందుతాడు. సామాజిక స్పృహ పెరిగే కొలది ఆవ్యక్తి చైతన్య వంతమై నేర ప్రవృత్తి నుండి దూరమౌతాడు. నేర ప్రవృత్తి అనేది ఒక బలహీనత. దానికి సమాజమే బాధ్యత వహించాలి.

2. పువ్వు పుట్టగానే పరిమళిస్తుంది అంటారు కదా ? మీకు చిన్నప్పటి నుండే ఈ ఆధ్యాత్మిక విషయాల మీద ఆసక్తి ఉండేదా ?

జ. చిన్నప్పటి నుండీ ఎంతో కొంత ఉందనే చెప్పాలి. టీనేజ్ నుంచీ వికసిస్తూ వచ్చింది. ఆధ్యాత్మిక విలువ కూడా స్వతంత్ర ఆలోచనకి తోడ్పడు తుంది. ఫలాపేక్ష లేకుండా పని చేయుట వలన - అది ఆధ్యాత్మిక వికాసమునకు కొంత తోడ్పడినది. సహజముగానే నేను వ్యక్తి భావన లేకుండా పని చేయుటకు అలవాటు పడ్డాను. చిన్నతనములో నాకు జ్ఞానము గురించి స్పష్ట మైన అవగాహన లేకపోయినా దానిని సంపాదిం చాలనే ఆపేక్ష బలంగా ఉండేది. భౌతిక విషయాలకంటే అభౌతిక విషయాల పట్ల నా

మనస్సు మొగ్గు చూపేది. నాకు తత్వం పట్ల ఉన్న మక్కువ మతాల పట్ల లేదు. మతాలు, కులాలు సమాజమును కలుషితం చేస్తున్నాయని అనిపించేది. ఆధ్యాత్మిక చింతన లేకుండా చైతన్యస్థాయిని పెంచుకోవటం సాధ్యం కాదు.

3. మీరు దైవజ్ఞులు, వాక్‌శుద్ధి కలవారు, పండిత పామరులను మీ అమృతవాక్కులు ద్వారా మెప్పించగలరని ప్రతీతి కదా ?ఇది మీకెలా సాధ్యమైంది ?

జ. నేను శ్రోతలను అమితంగా ప్రేమిస్తాను. నేను వారిపట్ల ఉదారబుద్ధితో వ్యవహరిస్తాను. శాంతితో మెలుగుతాను. వారిలో సామాన్యమైన లోపాలను పట్టించుకోను. వారికి ఆత్మ విద్యను బోధించ

టంతో సరిపెట్టుకోకుండా, వారి భౌతిక అభివృద్ధిని కూడా కాంక్షిస్తాను. వారిలో వున్న మంచితనమును మేలు కొలుపుటకు సహకరిస్తాను. వారు శాంతి మార్గంలో నడిచి శాంతిస్థానమును పొందుటకు నావంతు కృషి నేను చేస్తాను. నాపట్ల భక్తుల విశ్వాసము కూడ సజీవముగానే వుంటున్నది. నేను భక్తులను నా మిత్రులుగానే చూస్తాను. కాని వారు నన్ను దైవసమానంగా చూస్తారు. అందువలన వారిని గురించి ఆలోచించటంలో కాని, వారికి బోధించుటలో కాని జాగ్రత్త పడతాను. ఏనాడు కూడా వారిపట్ల బాధ్యతారహితంగా ప్రవర్తించలేదు. నా అర్హతకు మించిన గౌరవాన్ని వారు నాపట్ల చూపిస్తున్నారని అనిపిస్తున్నది. వారు ఏదైనా పొరపాటు చేస్తే అది నేను చేసినట్లుగానే భావిస్తాను. ఏదో ఒక స్థాయిలో, వారి బాధలో నేనూ భాగం

పంచు కుంటాను. ఆలోచనే కేంద్రంగా పెట్టుకొని జీవించుటకు నా బోధలు వారికి కొంతవరకు సహకరిస్తున్నాయి. నాకు, భక్తులకు వున్న సంభందము గురు, శిష్య సంభందము లాంటిది కాదు. ఒకే కుటుంబ సభ్యులవలె మెలుగుతాము. భక్తులు తమ జీవిత పరిస్థితులు అనుకూలంగా వున్నా, ప్రతికూలంగావున్నా వారికి నాతోటివున్న ప్రేమానుబంధము మాత్రము ఎన్నడూ తెగలేదు. మానసికమైన అనుబంధము వుంటూనే ఉన్నది. దైనందిన జీవితంలో వారు సమస్యలకు నేను చెప్పే మాటలలో సమాధానాలు దొరుకు తున్నాయి. ఆ మాటలు వినటంవల్ల వారికి శాంతి కలుగుతుంది. శాంతిలేని వాడికి సుఖంలేదు : నా ప్రవచనాల వల్ల వారికి సుఖం కలుగుతుంది. నాద్వారా వారి పట్ల ప్రవహిస్తున్న

ప్రేమ, కరుణ, ఆప్యాయత, ఆదరణ, అనురాగము వారికి శాంతి సాగరంలో ఈదుతున్నట్లుగా అనిపిస్తుంది. భక్తుల పట్ల నాకున్న అభిమానమును వారుకూడా గుర్తిస్తున్నట్లు నాకు అవగాహన అవుతున్నది. అందుచేత నేనుకూడా బోధించకుండా ఉండలేకపోతున్నాను. క్లిష్టమైన విషయమును తేలికైన మాటలతో విశదపరచుటకు ప్రయత్నిస్తాను. నేను చెప్పిన విషయము వారికి అందక పోతే అది నాలోపముగానే పరిగణిస్తాను భక్తులు నాపట్ల చూపిస్తున్న ఆదరణ, విశ్వాసము తెంపు లేకుండా ఉన్నది. అందువలన నా శరీరము మరణించినా నేను వారి హృదయాలలో జీవించే ఉంటాను. దుఃఖము లేని స్థాయికి వారిని తీసుకు వెళ్ళుటకు తత్వమును గురించి చిన్న చిన్న మాటలతో, పొట్టి పొట్టి వాక్య

ములతో వారికి ఉపదేశించుటకు ప్రయత్ని స్తున్నాను.

4. ప్రతీ తల్లిదండ్రులు తమబిడ్డలు ఏ కలెక్టరో, డాక్టరో, ఇంజనీరో కావాలని ఆశిస్తారు కాని ఏ ఒక్కరు తమ కొడుకు జ్ఞాని కావాలని కలలో కూడా ఆశించరు - ఎందుచేత ?

జ. సర్వ సాధారణంగా తల్లి తండ్రులకు భౌతిక దృష్టి లౌకిక దృష్టి ఎక్కువగా ఉంటుంది. ధనము ఉంటే భోగమయ జీవితము అనుభవించ వచ్చు నని అనుకుంటూవుంటారు. వారికి ధనము యొక్క ప్రాముఖ్యత తెలుస్తుంది. కాని జ్ఞానము యొక్క విలువ తెలియదు. అందువలన వారి బిడ్డలు

కూడా జ్ఞానులు కావాలని కోరుకోరు. మానవుడికి ప్రతిభ వున్నా అది వికసించుటకు తగిన అవకాశము వుండాలి. అవకాశం వచ్చినపుడు దానిని తగిన కాలంలో ఉపయోగించుకొన్నవాడు వివేకవంతుడు. ఆత్మవిద్య తప్పించి మిగిలిన విద్యలన్నీ పొట్టకు మాత్రమే పరిమితమై ఉన్నవి. ఆత్మవిద్య మానవునకు స్వేచ్ఛను, సుఖమును, శాంతిని, వికాసమును ప్రసాదిస్తుంది. ఆత్మజ్ఞానము వలన మాత్రమే వ్యక్తి అమృతత్వమును పొందుతాడు. ఆత్మజ్ఞానము యొక్క విలువ, చైతన్యము యొక్క ప్రాధాన్యము తెలిసిన తల్లి తండ్రులు వారి బిడ్డలు కూడా జ్ఞానులైతే సంతోషిస్తారు. ఏనుగు మీద కూర్చున్నట్లు భావిస్తారు. ఈనాడు కూడా తమ బిడ్డలు జ్ఞానులు కావాలని కోరే తల్లి తండ్రులు

లేకపోలేదు. జీవితంలో జ్ఞాన సముపార్జన అత్యంత ముఖ్యమైనది. శవాన్ని అలంకరిస్తే ఎంత అందము వుంటుందో జ్ఞానముతో సంభంధములేని జీవితాలు కూడా అలాగే ఉంటాయి.

5. *మీ తల్లి తండ్రులు ఎప్పుడైనా మిమ్మల్ని అలా ఆశించారా?*

జ. మా తల్లి దండ్రులు అలా అవుతానని గాని, ఇలా అవుతానని గాని ఆశించలేదు. నాఆధ్యాత్మిక వికాసమునకు ఇతరులనుండి ప్రోత్సాహము అంతగా లేదు. ఏ సత్యాన్వేషకునికైనా కుటుంబ సభ్యుల నుండి సహాయ సహకారములు తగినంతగా వుండవు. జీవితంలో నేను చేసిన సాధన కంటే "అరుణాచల

రమణుని" కృప మాత్రమే నేను చైతన్యస్థాయిని పొందుటకు ఎక్కువగా సహకరించినది. ఏ సాధకుడైనా ప్రయత్నంతో పాటు దైవానుగ్రహం కల్సిరాకపోతే సిద్ధుడు కాలేడు. ఈశ్వరుని కృప లేకుండగా మనస్సు అణగదు. అణిగిన మనస్సుకు మాత్రమే ఆత్మ దర్శనమునకు అర్హత చేకూరుతుంది. "భగవాన్ శ్రీ రమణ మహర్షి" ప్రసాదం వలన మాత్రమే నేను శాంతి స్థానమును పొందగలిగాను.

6. బిడ్డలకు జ్ఞానము కలిగితే తల్లి తండ్రులు హర్షిస్తారా ?

జ. మీకు అర్థం అవటానికి క్లుప్తంగా ఒక చిన్న ఉదాహరణ చెబుతాను. గౌతమబుద్ధుడు,

వివేకానందుడు, రామకృష్ణపరమహంస, అరిస్టాటిల్, ఈశ్వర చంద్ర విద్యాసాగర్ వంటి వ్యక్తులు ఇంత గొప్ప వాళ్ళు అయ్యారు కదా - మరి వారి తల్లి తండ్రులే బ్రతికి ఉంటే ఇప్పుడు ఆనందిస్తారా ? లేదా ? తప్పక ఆనందిస్తారు ! ఎవరి తల్లి తండ్రులైనా అంతే !

7. *మీరు ఇంతవరకూ ఏమైనా సాధించానని అనుకుంటున్నారా ? లేదంటే ఇంకా ఏమైనా సాధించాలని అనుకుంటున్నారా?*

జ. నా పరిధిలో నేను కొంత సంఘసేవ చేశాను. అక్షరజ్యోతి కార్యక్రమం వ్యాప్తిలో నావంతు కృషి నేను చేశాను. పదిమందికి ఉపయోగపడే పనులపట్ల

శ్రద్ధ చూపించాను. ఏవని చేసినా నిరాడంబరముగానే చేశాను. ఇతరుల మెప్పు ఆశించలేదు. సాధించ వలసినది ఒక్కటే తానెవరో తెలుసుకోవటమే ! తానెవరో తెలుసుకోకుండా ఏదో సాధించానని ఎవరైనా అనుకుంటే - అది ఒకటిలేని సున్నలతో సమానము. దేశ కాలములకు పరిమితము కాకుండా వున్న సద్వస్తువులోనే సత్యమున్నది. అందులోనే సుఖమున్నది. అందులోనే శాంతి ఉన్నది. శాంతికలవాడు మాత్రమే స్వేచ్ఛను సాధిసాడు. బాహ్యవస్తువులమీద కాని, ఇతర వ్యక్తుల మీద కాని, బాహ్య పరిస్థితులమీద కాని ఆధారపడకుండా స్వతంత్ర్యమైన సుఖమును ఎవడైతే పొందుతున్నాడో వాడే జీవితములో కృతకృత్యుడు. భగవంతుడు మనకిచ్చిన శక్తులను

ఇతరులకోసం ఎవడైతే సద్వినియోగపరుస్తున్నాడో వాడు జీవితంలో ఎంతో కొంత సాధించినట్లుగా పరిగణించవచ్చు. ఉన్న శక్తులను సద్వినియోగం చేసేవాడు పవిత్రుడౌతాడు. పవిత్రత సత్యసాక్షాత్కారమునకు అర్హతను సంపాదించి పెడుతుంది. నేను కాని ఇతరులు కాని అమృతానుభవమును పొందితేనే జీవితంలో సాధించదగినది సాధించామని భావించవచ్చు. జీవితం పొడుగునా ఎవరైతే సామరస్యం కోసం కృషిచేస్తారో వారు అసత్యము నుండి, అజ్ఞానము నుండి విడుదల పొందుతారు. సాధించదగినది కూడా అంతే. జీవిత ప్రయాణంలో మన ఆలోచనలు, మన మాటలు, మన చేతలు మన ఉజ్వల భవిష్యత్తుకి సహాయ సహకారములు అందించేవిగా వుండాలి. మనలక్ష్యం మంచిదైతే

మన జీవితం కూడా దానికనుకూలంగా మళ్ళిం చబడుతుంది. అపుడు పొందవలసినదేదో పొందు తాము. సాధించవలసినది సాధిస్తాము.

8. మడి, జపం, మంత్రం, మంచి ఉపదేశాలద్వారా రోగాలనుండి స్వస్థత పొందవచ్చా ?

జ. మడి కేవలం శుచి కోసం పెట్టారు. వంటపాత్రని లోపలతోమాలి. బయటతోమాలి. అదే విధముగా దేహమును, దేహములోపల ఉన్న పనిముట్టు మనస్సును శుచిగా ఉంచాలి. దేహమును జలము శుభ్రం చేస్తుంది. మనస్సును మంత్రం శుభ్రపరుస్తుంది. మడి, జపము, ధ్యానము శరీరమును, మనస్సును స్వాధీనపరచుకొనుటకు సహకరిస్తాయి.

యోగము రోగమునుండి దూరము చేస్తుంది. యోగము మానవుడికి దుఃఖముతో ఉన్న సంభంధమును తెంచుతుంది. ఏకాంతవాసము, సహవాసము, ఉపవాసము ఇవి అన్నీ మనస్సును పరిశుద్ధము చేసి, ఏకాగ్రము చేసి, తపింప చేసి మానవుడ్ని పాపములనుండి, శాపములనుండి, లోపముల నుండి, దోషములనుండి, బలహీనతల నుండి విడుదలచేసి స్వేచ్ఛను ప్రసాదిస్తాయి. రోగం ముందు మనస్సులో ప్రవేశిస్తుంది. తరువాత శరీరానికి వ్యాపిస్తుంది. శరీరం మనస్సుది మాత్రమే. మనస్సు ప్రభావం శరీరం మీద. శరీరం ప్రభావం మనస్సు మీద పడుతూ ఉంటుంది. మనస్సు దేహం కలిపితేనే మనిషి అవుతాడు. దేహం ఉండి మనస్సులేకపోతే పిచ్చివాడు అంటారు మనస్సు నుండి దేహము లేకపోతే దెయ్యం అంటారు.

దేహగతమైన ఆరోగ్యము ఎంత ముఖ్యమో మానసి కమైన ఆరోగ్యము కూడా అంత ముఖ్యము. మానవుడు మానసిక ఆరోగ్యమునకు తగినంత ప్రాముఖ్యత ఇవ్వటం లేదు. మానవ మానసములో ఉన్న అశాంతి లోకములో ఆంధోళనగా, ఘర్షణ లగా, ధూషణలగా వ్యక్తమగుచున్నది. లోపల ఉన్నదే బయట కన్పిస్తున్నది. జపము నిర్మలమైన మనస్సును ప్రసాదిస్తుంది. శాంత చిత్తము రోగనివారణకు తోడ్పడు తుంది. మనస్సును బంగారము చేసుకుంటే అనేక రుగ్మతల నుండి విడుదల పొందవచ్చు. ధ్యానము ద్వారా శరీరము నకు, మనస్సుకు స్వస్థత చేకూరుతుంది. బ్రహ్మాను భవం అనే సంపదను సంపాదించుటకు శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యము అవసరము.

మానవుని వికాసమునకు ఉపదేశ గ్రంథములు ఎంత గానో ఉపయోగపడతాయి.

9. సుఖం వచ్చినపుడు పొంగిపోవటం, కష్టం వచ్చినపుడు కృంగిపోవటం ఆ కడగండ్లనుండి దూరంగా పారిపోవటం మానవనైజం కదా ? అలా కాకుండా కష్టాలు వచ్చినపుడు ధైర్యంగా ఎదుర్కోవాలంటే ఏం సాధన చెయ్యాలి ?

జ. భగవద్గీతలో వాసుదేవ స్వామి వారు రాగమును, భయమును క్రోధమును త్యజించమని ఆదేశించారు. ఈ మూడూ కూడా దుఃఖమునకు కారణములు అవుతున్నాయి. అందువలన వాటిని దూరముగా విడిచి పెట్టమని

సలహా ఇచ్చి యున్నాడు. ఈ కష్టాలు, సుఖాలు, రాగాలు, ద్వేషాలు, వీటిని ద్వంద్వాలు అని అంటారు. మానవుడికి జ్ఞాన సముపార్జనలో ఇవి అడ్డు పడతాయి. వీటి నుండి విడుదల పొందు టకు భగవంతుడు మానవునికి యోగమును బోధించాడు. భగవంతుడిని ఉపాసించ టంవలన వీటినుండి విడుదల పొందవచ్చును. శాంత చిత్తము పొంది వీటితో పోరాడాలి. ధైర్యము అనే మందు చేతిలో ఉంటే ఎన్ని హెచ్చు తగ్గు లయినా, ఎన్ని కష్టాలైనా తేలిగ్గా ఎదుర్కోవ చ్చును. భయములేని స్థితికి ఎదిగినవాడికి ఈ ద్వంద్వాల స్పృహ కూడా ఉండదు. సుఖం వచ్చినపుడు పొంగటం, దుఃఖము వచ్చినపుడు కృంగటం వీటికి హృదయ దౌర్బల్యమే కారణము. వాసుదేవ స్వామి వారు హృదయ దౌర్బల్యమే అన్నిటికంటే నీచమైనది అన్నారు.

భగవంతుడును కేంద్రముగ పెట్టుకొని జీవించే వాడికి కష్టము వచ్చినా కష్టముగా అనిపించదు. ఇష్టమున్నచోట కష్టము ఉండదు. దైనందిన జీవితములో మనకి ఎదురయ్యే దుఃఖమును ఎవరైతే ఆనందముగా మార్చు కొంటున్నాడో వాడే నిజమైన సాధకుడు. కాల పరిణామములో సాధకుడు మాత్రమే సిద్ధిని పొందుతాడు. సిద్ధముగా ఉన్న వస్తువును తెలుసుకున్నవాడే సిద్ధుడు. సిద్ధుడు కానివాడు సిద్ధుడు కాలేడు. ఈశ్వరుని యందు భక్తి కలిగి ఉండుట వలన అన్ని కష్టములను భరించే శక్తి ప్రసాదించ బడుతుంది. ఈశ్వరుని తప్పించి మనం అనుకొనే కష్టాలు, సుఖాలు, ఇష్టాలు, అయిష్టాలు ఇవి అన్నీ మనోకల్పితములు. మనస్సు నశిస్తే ఇవి అన్నీ నశిస్తాయి.

10. కష్టాలు కడలి తరంగాలు లాంటివి ? అవి ఎప్పుడు అలవెనుక అలలా వస్తూనే ఉంటాయి కదా ? ఈ కష్టాలకి కారణము స్వయంకృతాపరాదాలా ? లేక కర్మ సిద్ధాంతం అని నమ్ముతారా ? లేదంటే చుట్టూరా ఉండే స్వార్ధపరులైన మనుష్యులు కారణమా ?

జ. స్వయంకృతాపరాదాలే కష్టాలకి కారణము. ఇవి అన్నీ సంచిత కర్మలో కలుస్తాయి. సుఖదుఃఖాలు, జయాప జయాలు, మానావమానములు, లాభ నష్టాలు ఇవి అన్నీ దేహము యొక్క ప్రారబ్దమును అనుసరించి జరుగుతూ ఉంటాయి. దేహమును ప్రారబ్దమునకు విడిచిపెట్టి, మనము స్వరూప జ్ఞానమును సముపార్జించుకొనే కృషిలో ఉండాలి.

స్వరూపములోనే శాంతి ఉంది. శాంతిలేనివాడికి సుఖములేదు. జీవితంలో ఎదురయ్యే సుఖ దుఃఖాలన్నీ ఈశ్వరేచ్ఛ అని హృదయపూర్వ కంగా విశ్వసిస్తే వాటి ప్రభావము మన మీద ఉండదు. పారమార్థిక సత్యము తప్పించి, ద్వంద్వా లన్నీ కేవలము మనస్సుయొక్క కల్పితములు. కష్టము అనుభవించే వాడికి పాపము నశిస్తుంది. సుఖము అనుభవించే వాడికి పుణ్యము నశిస్తుంది. ఏది నశించటం మంచిది ? కష్టములు ఆలోచనల యొక్క లోతులను పెంచే అవకాశం ఉంది. హృదయమును విశాల పరుస్తాయి. బలహీనమైన మనస్సు మీద పరిసరముల ప్రభావము ఉంటుంది. దృఢచిత్తము కలవాడు పరిసరముల ప్రభావము

తన మీద పడకుండా చూసుకుంటాడు. అనుకరణ బలహీన లక్షణము. స్థిర బుద్ధి ఉన్న వాడికి సమాన బుద్ధి కలుగుతంది. సమాన బుద్ధి కలవాడు అన్నిరకముల ద్వంద్వముల నుండి, వికారముల నుండి విడుదల పొందుతాడు. ఎన్ని కష్టములు వచ్చినా సహనము కలవాడు వాటిని అతి క్రమిస్తాడు. స్వల్ప విషయములకు, అల్ప విషయములకు దూరముగా జీవించే వాడు వివేక వంతుడు. వివేకవంతుడిని ద్వంద్వములు ముట్టుకోవు. మానవుడు తన విధికి తానే కారణము అని గ్రహించాలి. పరమార్ధము అందక పోవటానికి కారణము స్వార్ధము మాత్రమే. స్వార్ధమే పరమార్ధముగా పెట్టుకొని పనిచేసే వ్యక్తుల యొక్క ప్రభావమునకు వివేకవంతుడు లోను కాడు. శాంత చిత్తము కలవాడు తాత్కాలిక ప్రయోజన

ములను ఆశించడు. దూరదృష్టితో వ్యవహరిస్తాడు. కార్య కారణములను వేరుకాదని గుర్తిస్తాడు. కొన్ని సుఖములు పరిణామములో దుఃఖములుగా మారతాయి. ఈ నగ్నసత్యమును ముందు చూపు కలవాడు గుర్తిస్తాడు.

11. ఆఖరిగా మీరు మా పాఠకులకు ఇచ్చే సలహా ?

జ. స్వార్థము తగ్గించుకొని పనిచేయాలి. అందరి క్షేమంలోనే తన క్షేమం కూడా ఇమిడి ఉందని మరవకూడదు. స్వతంత్ర్యముగా ఆలోచించటం నేర్చుకోవాలి. ఎంతో కొంత బుద్ధిలేకుండా మానవుడు ఉండడు. బుద్ధికి సోమరితనము అలవాటు చేయకూడదు. ఆలోచనలో కూడా

అమృతము ఉంది. ఆలోచించి మాట్లాడటం వలన, ఆలోచించి పని చేయటం వలన అనేక కష్టములను అతిక్రమించ వచ్చు. బుద్ధికి సత్యవస్తువు దర్శనమిస్తే కాని నిర్మలము కాదు. మన బుద్ధిని మనము బాగు చేసుకోకపోతే ఎవరు బాగు చేసి పెడతారు ? మానవాళిని విద్యావంతుల్ని చేయటంలో మనవంతు కృషి మనం చేయాలి. ఆరోగ్య సూత్రాలను మనం పాటించాలి. ఇతరుల చేత పాటింప చేయాలి. పూర్వం కంటే ఈనాడు మనస్సు మీద సమాజపరంగా వచ్చే వత్తిడిలు ఎక్కువ అయినవి. అందువలన మానసిక మైన ఆరోగ్యం లోపిస్తున్నది. తినడానికి తిండి ఎంత అవసరమో, బ్రతకడానికి నీడ ఎంత అవసరమో, సుఖంగా ఉండడానికి మనశ్శాంతి కూడా అంతే

అవసరము. మనమాటలు ద్వారా, చేతల ద్వారా తోటి మానవుడ్ని శాంతి మార్గంలో ప్రవేశపెట్టి సుఖము చేకూర్చాలి. వ్యర్థమైన కర్మలతో వ్యర్థమైన ఊహలతో మనకాలమును పాడుచేసుకో కూడదు. పని యందు గౌరవము పెంచాలి. పని చేస్తూ శాంతి స్థానమును సంపాదించాలి. పనిలో దేవుణ్ణి చూడడం నేర్చుకోవాలి. పని ద్వారా కూడా భగవంతుడిని ఆరాదించడం నేర్చుకోవాలి. పనికి, జ్ఞానమునకు విరోధం లేదు. విద్య యొక్క, శాంతి యొక్క ప్రాముఖ్యతను మానవుడికి తెలియ చెప్పి వాటిని సముపార్జించు కొనుటకు అనుకూలముగా ప్రోత్సాహించాలి. భౌతికాభివృద్ధి ఎంత ముఖ్యమో, ఆద్యాత్మిక వికాసం కూడా అంతే ముఖ్యము. ఓర్పును నేర్చుకోవాలి. సమాన బుద్ధిని సాదించాలి.

సహనమును బుద్ధి యొక్క లోతులను పెంచి, హృదయమును విశాల పరుస్తుంది. పని, విద్య ఇవి రెండూ రెండు నేత్రాలు వంటివి. అందువలన వీటి పట్ల అజాగ్రత్త పనికి రాదు. మంచం పట్టి మరణించడం కంటే పని చేస్తూ మరణించడం ఉత్తమ మైనది. " పని చేస్తూ పని లేని స్థితికి ఎదగాలి ". కొంత మంది వారి పొట్టకే పరిమిత మౌతారు. కొంతమంది ఇతరుల కోసమే జీవించడానికి పుడతారు. దేశభక్తి ఎంత ముఖ్యమో, దైవ భక్తి కూడా అంతే ముఖ్యము. మానవుడికి సామాజిక స్పృహ కలుగ చేయుటకు మనం శక్తి వంచన లేకుండా కృషి చేయాలి. మాటకి, పనికి తలంపు ఆదారం. " అందు వలన తలంపులను నియమించు కోవాలి "తనకు కాని, సమాజమునకు

కాని పనికి రాని విషయములను ఆలోచిస్తూ కూర్చుంటే అజ్ఞానము పెరుగు తుంది. దుఃఖము లేని స్థితిని పొందుటకు అజ్ఞానమును నిర్మూలించాలి. సర్వ అనర్ధములకు అజ్ఞానమే కారణము. పేదరికం కంటే అజ్ఞానము భయంకరమైనది. సంపద సృష్టించుట ద్వారా పేదరికమును, జ్ఞానమును సముపార్జించుట ద్వారా అజ్ఞానమును తొలగించ వచ్చును. "జ్ఞానమే మోక్షము. జ్ఞానము లేని జీవితము వ్యర్ధము".

ఓం నమో భగవతే శ్రీ రమణాయ

జిన్నూరు వాసం శిరసానమామి
శ్రీ నాన్న దేవం మనసా స్మరామి
॥ జిన్నూరు ॥

అరుణాచలేశం సత్యస్వరూపం
శ్రీ రమణ దేవం జ్ఞాన స్వరూపం
॥ జిన్నూరు ॥

ఆనందకందం అవతార పురుషం
భవరోగ వైద్యం ప్రత్యక్ష దైవం
॥ జిన్నూరు ॥

భక్తవ్య సాధ్యం వేదాంత వేద్యం
జగదేశ తారం జగదేక గమ్యం॥ జిన్నూరు ॥

ఆధ్యంత రహితం   భూతాదివాసం
ప్రభుమద్వితీయం   పరబ్రహ్మరూపం

|| జిన్నూరు ||

విజ్ఞానమూర్తిం   వైరాగ్యనిలయం
శుద్ధాతి శుద్ధం   మోక్ష స్వరూపం

|| జిన్నూరు ||

మరణోర్మినాశం   కరుణాసముద్రం
సంతాప హరణం   సంసార తరణం

|| జిన్నూరు ||

కమనీయ గాత్రం   రమణీయ రూపం
లోకాభిరామం   భక్తాను రాగం || జిన్నూరు ||

వేదాతి వినుతం   రాగాది రహితం
శోకాద్వితీతం   శాంత స్వరూపం||జిన్నూరు |